



[Inicio](#) > [Noticias](#) > [Noticias](#) > [Publicaciones](#) > [Educador estadounidense](#) > [2019](#) > [Verano 2019](#)

Cuidado del trauma en las escuelas

Crear entornos seguros para estudiantes con experiencias adversas en la infancia

Por Eileen A. Dombo, Christine Anlauf Sabatino



E La exposición a eventos traumáticos en la infancia y la adolescencia puede tener efectos sociales, emocionales y educativos negativos duraderos. Para que las escuelas, o cualquier entorno que sirva a los niños, estén verdaderamente informados sobre el trauma, deben abordar tres áreas cruciales: seguridad, conexión y regulación emocional y conductual. Este artículo, extraído de nuestro libro, *Creación de escuelas informadas sobre el trauma: una guía para educadores y trabajadores sociales escolares*, explorará estas tres áreas como los pilares fundamentales de un entorno escolar informado sobre traumas.

Seguridad

En esencia, todos los eventos traumáticos son una violación de un sentido



de seguridad en el mundo y con los demás. Las personas y los lugares que se supone que están en sintonía con las necesidades de los niños son a menudo los que violan la confianza a través del abuso, el abandono y la violencia. Dado que la relación cuidador-niño es la base sobre la cual se construyen los sentidos de seguridad, competencia y autocontención del niño, cuando esta relación se disputa con eventos traumáticos, esas capacidades se ven seriamente comprometidas.¹ Padres y cuidadores abusivos, violencia en las comunidades y tiroteos en las escuelas.* son demasiado comunes en la cultura estadounidense. La presencia de estrés traumático tiene impactos negativos duraderos en los niños y, cuando es grave y prolongada, puede ser tan tóxica que puede provocar problemas de salud neurológicos y biológicos.²

¿Cómo es la seguridad? Para los niños y adolescentes, la seguridad se siente a través de conexiones con personas que tienen una presencia tranquila y centrada. Están en sintonía con las acciones, palabras y comunicaciones no verbales del niño y respetan los límites y derechos del niño. El poder y el control son esenciales para la seguridad, ya que se le permite al niño estar a

cargo de sí mismo tanto como sea apropiado para el desarrollo. Cuando el poder suele ser punitivo y degradante, los niños no se sienten seguros. Cuando buscan seguridad, los niños buscan a alguien que sea predecible y consistente. Seguir lo que dicen que van a hacer y evitar comportamientos caóticos y desorganizados son esenciales para la seguridad. Todo esto requiere que la persona se mantenga tranquila, regulada y enfocada cuando el niño está desregulado, fuera de control o incluso agresivo. Algunos ejemplos de comportamientos seguros e inseguros en un entorno escolar se pueden encontrar en el siguiente gráfico.

Safe	Unsafe
Focusing on the student when he or she speaks to you.	Not making eye contact, looking away, or looking at something else when the student is speaking.
Speaking in a moderate tone and volume.	Yelling, muttering under your breath, or whispering to someone else.
Exhibiting consistent behavior so your students know what to expect.	Displaying erratic, unpredictable behavior.
Establishing clear rules that apply to everyone, with consequences appropriate to the violation.	Creating no rules, rules that are randomly and unevenly applied, or punitive measures that do not match the violation.
Having the ability to control your emotions and stay calm.	Having big emotional swings or outbursts, or being easily startled or rattled.
Communicating boundaries and respecting others' boundaries.	Setting no boundaries and not following others' boundaries.
Providing attention and care to all students.	Favoring some students and giving preferential treatment.
Allowing students to leave the classroom to go to a safe place if they feel triggered and unsafe.	Using threats to make students think they are unable to leave the classroom for any reason.
Practicing unconditional, positive regard for all students.	Judging some students for their behavior or taking student behavior personally.
Providing honesty and transparency.	Lying, obfuscating, or refusing to explain reasons for actions.
Holding all students to high standards and expecting them to work to their ability.	Ignoring or not expecting much from students because of their "problems."

-E.A.D. and C.A.S.

<https://es.aft.org/file/8058>

click en la imagen para ampliar

Las aulas que se sienten seguras para los niños son aquellas que tienen expectativas claras, rutinas bien definidas, tiempo para la transición, opciones siempre que sea posible y maestros en sintonía. Los eventos específicos en el aula pueden servir como recordatorios de experiencias traumáticas previas y, por lo tanto, inseguras. Estos eventos actuales *detonante* recordatorios de eventos pasados.³ Algunos ejemplos de factores desencadenantes en el aula que pueden provocar que un niño reaccione desde un lugar de estrés traumático y sentirse inseguro son:

- Recordatorios sensoriales del trauma: olores, sonidos o imágenes que le recuerdan al niño una persona, lugar o tiempo relacionado con un evento traumático.
- Toque, ya sea para enfocar al niño con una mano suave en el hombro o una restricción física de un niño que es un peligro para los demás. Un toque no deseado o inesperado puede ser un desencadenante de trauma.
- Pelear, discutir o gritar, ya sea entre niños o entre un adulto y un niño.

Algunos factores desencadenantes se pueden manejar disminuyendo ciertos comportamientos, como gritar por parte del maestro o el adulto a cargo, pero otros pueden ser difíciles de anticipar y manejar porque uno no puede predecir qué podría ser un factor desencadenante para un niño específico. Por ejemplo, un niño puede tener una reacción de estrés traumático cuando se desencadena por el olor a naranja. Quizás ese niño fue abusado por un cuidador que regularmente comía naranjas, y el olor de la naranja pelada le recuerda al niño de esa persona y el comportamiento abusivo.

Un maestro no tendría forma de anticipar esto, y es posible que el niño ni siquiera se dé cuenta de que el olor a naranja es un desencadenante hasta ese momento cuando el niño es emocionalmente reactivo, fuera de control o disociativo. Lo que los maestros pueden hacer es tener curiosidad acerca de lo que puede haber provocado el cambio repentino en ese niño e incluir un desencadenante traumático como una de las posibles explicaciones del comportamiento. También pueden recoger pistas para desencadenar eventos al escuchar atentamente la forma en que los niños discuten las experiencias subjetivas. Hay signos de cómo un niño recibe, interpreta y transmite principalmente estímulos sensoriales y los expresa en términos de vista (visual), sonido (auditivo), tacto (kinestésico), olfato (olfativo) y gusto (gustativo).⁴ ¿Usa un niño lenguaje representativo que *fotos, oye, siente, huele* o *los sabores*? ¿Una experiencia que puede ser útil para reconocer cómo se desencadena un niño? Las prácticas informadas por el trauma significan ser compasivos y ver comportamientos y acciones como intentos de expresar angustia y buscar seguridad.⁵ Los eventos actuales proporcionan una amplia evidencia de lo importante que es comprender el impacto de la violencia en el desarrollo y el aprendizaje infantil.



Conexión

Los niños que han tenido experiencias traumáticas infligidas por adultos aprenden que no se puede confiar en los adultos. Los niños que ingresan a una nueva escuela o a un nuevo salón de clases serán cuidadosos con los adultos y observarán atentamente las indicaciones de que necesitan protegerse. Esta sensación de hipervigilancia y cautela les dificultará la conexión con adultos en un entorno escolar, pero la conexión es esencial para el desarrollo de entornos seguros e informados sobre el trauma.⁶ Los desequilibrios de poder también interrumpen la conexión. En el aula, los maestros están a cargo y establecen las reglas, lo que puede hacer que los niños se sientan impotentes. Si un niño ha experimentado que un adulto usa su poder para abusar de otros, este desequilibrio de poder afectará la conexión. También puede crear una situación en la que el niño busca poder y control para sentirse seguro, lo que crea desconexión.⁷ En las aulas informadas sobre el trauma, los maestros reconocen esta dinámica y se esfuerzan por crear experiencias correctivas con un adulto asociado con experiencias positivas. El trauma se puede volver a representar en las relaciones con adultos que reaccionan a la búsqueda de seguridad, poder y control del niño con ira, castigo, sospecha y distancia.⁸

Los adultos pueden verse involucrados en una recreación de trauma con un niño que los está probando para saber cómo responden. A menudo, esto no se hace a propósito, sino que proviene de una acción defensiva y autoprotectora cuando un niño se involucra como lo haría con el adulto abusivo. En otras palabras, para saber qué esperar y confirmar la sospecha del niño de que el adulto no es seguro, el niño puede participar de una manera conflictiva. Esto se puede hacer mediante un comportamiento agresivo o inseguro, agresiones verbales diseñadas para herir o provocar el rechazo o el maltrato de otro niño en el aula. A menudo se describirá a este niño como "provocativo" o "auto-sabotaje", pero es importante no etiquetar, sino preguntarse por qué. ¿Por qué este niño se comportaría de esta manera? Cuando esto se ve como una reacción traumática, una autoprotección contra la vulnerabilidad y ser perjudicado nuevamente por un adulto en el que se supone que el niño debe confiar, tiene sentido. Es un comportamiento de supervivencia. Cuando se ve de esta manera, puede ser útil no personalizar el comportamiento. Cuando el adulto no responde como se esperaba, entonces hay esperanza de seguridad.

Para establecer una conexión en el entorno escolar, puede ser útil comenzar el año escolar estableciendo algunas reglas básicas para el aula y pidiéndole a cada alumno que exprese sus propias necesidades, ya sea creando una regla o aceptando una regla establecida. Conectarse con la necesidad básica de seguridad y respeto de cada estudiante es un buen comienzo. Conectarse con los niños a través de su comportamiento también es una forma de conocerlos mejor. ⁹ En lugar de responder con ira o exasperación a un estudiante que está "actuando", responda con curiosidad. "Noté que arrojaste tu bolígrafo al otro lado de la habitación



cuando corrigí tu ortografía. Me pregunto si tú también te diste cuenta, ¿y de qué crees que se trata? ”Esta postura neutral, curiosa y preocupada le muestra al niño que no estás juzgando sino que quieres conectarte.

El ambiente escolar ofrece una gran oportunidad para que los niños desarrollen experiencias positivas a través de nuevas interacciones sociales con adultos y compañeros que contrastan con sus propios modelos negativos de relaciones. Las conexiones en el aula para estudiantes maltratados se desarrollan a través de respuestas consistentes de adultos, ayudándoles a comprender las reglas que crean respuestas predecibles. Las interacciones entre pares son el sello distintivo de las experiencias de los niños en edad escolar, y las aulas son un contexto natural dentro del cual ayudar a los niños traumatizados a establecer conexiones con sus compañeros de clase.¹⁰

Las rutinas y los rituales son un antídoto para el caos y las interrupciones de la vida, lo que permite a los niños salir del modo de supervivencia y entrar en nuevos patrones de interacciones sociales adaptativas con los adultos.¹¹ En lugar de reaccionar a comportamientos abiertos, los maestros pueden modelar para los estudiantes cómo reaccionar ante el mensaje emocional detrás del comportamiento de un estudiante. Pueden ayudar a los niños a aprender estrategias para negociar problemas interpersonales en un contexto de apoyo. La investigación muestra que los niños prosperan cuando pueden predecir las respuestas ambientales y comprender las reglas para las interacciones.¹²

Regulación emocional y conductual



La capacidad de manejar adecuadamente los sentimientos, las emociones y los impulsos se ve afectada por el trauma infantil.¹³ La excitación emocional puede dar miedo a un niño al que no se le ha enseñado cómo

calmarse y calmarse. Imagina que estás escuchando una alarma en tu casa; es ruidoso, oscuro y aterrador, y no puedes encontrar de dónde viene el ruido para apagarlo. En estos casos, los niños necesitan que se les enseñe cómo identificar y expresar adecuadamente las emociones. También requieren orientación sobre cómo tolerar emociones angustiantes y calmarse a través de la auto-relajación y la autorregulación.¹⁴ En un aula, los adultos pueden ayudar a los niños con esta tarea esencial de varias maneras:

1. Rotula las emociones que ves a los niños demostrando. Esto les dará el idioma que les falta. Al igual que aprender la palabra española para "puerta", los niños aprenden el lenguaje de las emociones. Al etiquetar la emoción a medida que se expresa, los niños aprenden lo que está sucediendo dentro de sí mismos y también se tranquilizan con ese conocimiento.¹⁵
2. Coloque caras de emoción con las etiquetas de identificación alrededor del aula. Esto ayudará a los niños a desarrollar el lenguaje de la emoción a medida que aprenden cómo se ve triste, feliz, confundido, etc.
3. Brinde la oportunidad de reflexionar sobre el comportamiento y los sentimientos expuestos.¹⁶ Dependiendo de la etapa de desarrollo, esto puede tomar la forma de un dibujo, un poema o un ensayo. Tener un espacio tranquilo en la escuela donde el niño pueda ir a reflexionar y procesar lo que sucedió y por qué es una forma maravillosa de lograr esta tarea.
4. Trabaje con el niño para calmarse. Esto también se conoce como correulación y es particularmente útil con adolescentes.¹⁷ Al centrarse en las emociones, no en los comportamientos, y mantener la calma mientras habla con una voz suave, el adulto identifica la angustia e invita al niño a un encuentro reflexivo y de resolución de problemas.
5. Agregue ejercicios relajantes y de atención plena para todos los niños de la clase durante los momentos de transición. Esto puede ser particularmente bueno después de una prueba o un simulacro de incendio / seguridad. Estos ejercicios pueden incluir escuchar la respiración, recostarse en el suelo con un animal de peluche en el estómago y ver cómo se mueve hacia arriba y hacia abajo,¹⁸ comiendo conscientemente un pequeño trozo de chocolate o dulce mientras se concentra en el sabor y las sensaciones en sus cuerpos u otras actividades.
6. Use los momentos de desregulación emocional y angustia como una oportunidad para educar a los niños sobre cómo funciona su cerebro y cómo todos podemos sentirnos abrumados. El neurocientífico Dan Siegel tiene excelentes videos en su sitio web que explican cómo funciona el cerebro (www.drdansiegel.com (<http://www.drdansiegel.com>)) Estos videos se pueden mostrar a niños individuales o a toda la clase para ayudarlos a comprender mejor parte de la ciencia del cerebro detrás de los comportamientos.

T Al establecer la seguridad, la conexión y la regulación emocional y conductual en las escuelas, los tres pilares crean la base de una estructura informada sobre el trauma para los niños en las escuelas. Mientras más niños se sientan seguros y conectados con los adultos que los rodean, más pueden aprender a comprender y regular sus emociones y comportamientos. Esto crea un ambiente de aprendizaje seguro para todos los niños.

Eileen A. Dombo (<https://ncsss.catholic.edu/faculty-and-research/faculty-profiles/dombo-eileen/index.html>) es profesor asociado en la Escuela Católica Nacional de Servicio Social de la Universidad Católica de América, donde **Christine Anlauf Sabatino** (<https://ncsss.catholic.edu/faculty-and-research/faculty-profiles/sabatino-christine/index.html>) es el director del Centro para el Avance de Niños, Jóvenes y Familias. Este artículo está extraído con permiso de su libro. *Creación de escuelas informadas sobre el trauma: una guía para educadores y trabajadores sociales escolares (Prensa de la Universidad de Oxford)*. Copyright 2019, Oxford University Press. Todos los derechos reservados.

* La Asociación de Trabajo Social Escolar de América ha tomado una posición para detener la violencia armada en las escuelas con [documento de posición](https://docs.wixstatic.com/ugd/426a18_72b6376c6a9645d7ad256fe9fe4004f3.pdf) (https://docs.wixstatic.com/ugd/426a18_72b6376c6a9645d7ad256fe9fe4004f3.pdf) sobre el tema. ([volver al artículo](#))

Notas finales

- 1 J. Arvidson et al., "Tratamiento del trauma complejo en niños pequeños: consideraciones culturales y de desarrollo en la aplicación del modelo de intervención ARC" *Revista de trauma infantil y adolescente* 4 (2011): 34 – 51.
- 2 M. Walkley y TL Cox, "Construyendo escuelas y comunidades informadas por el trauma" *Niños y escuelas* 35, no. 2 (2013): 123-126.
- 3 IB Pickens y N. Tschopp, *Aulas Informadas de Trauma* (Reno, NV: Consejo Nacional de Jueces del Tribunal de Menores y Familia, 2017).
- 4 GB Angell, "Teoría de la programación neurolingüística y tratamiento del trabajo social", en *Tratamiento de trabajo social: tratamiento teórico*

entrelazado, 6th ed., Ed. FJ Turner (Nueva York: Oxford University Press), 351 – 375.

5 R. Wolpow y col. *El corazón del aprendizaje y la enseñanza: compasión, resiliencia y éxito académico*, 3rd ed. (Olympia, WA: Oficina del Superintendente de Instrucción Pública del Estado de Washington, 2016).

6 H. Bath, "Los tres pilares de la atención informada por trauma" *Recuperando niños y jóvenes* 17, no. 3 (2008): 17-21.

7 Wolpow y col. *El corazón del aprendizaje*.

8 BA van der Kolk, "Trastorno del trauma del desarrollo: hacia un diagnóstico racional para niños con historias de trauma complejas" *Psychiatric Annals* 35, no. 5 (2005): 401-408.

9 SE Craig, *Alcanzar y enseñar a los niños que sufren: estrategias para su aula* (Baltimore, MD: Brookes Publishing, 2008); y K. Souers y P. Hall, *Fomento de aprendices resilientes: estrategias para crear un aula sensible al trauma* (Alexandria, VA: ASCD, 2016).

10 RA Astor y R. Benbenishty, *Mapeo y monitoreo de la intimidación y la violencia: construyendo un clima escolar seguro* (Nueva York: Oxford University Press, 2018).

11 ME Blaustein y KM Kinniburgh, *Tratamiento del estrés traumático en niños y adolescentes: cómo fomentar la resiliencia a través del apego, la autorregulación y la competencia* (Nueva York: Guilford Press, 2010).

12 Blaustein y Kinniburgh, *Tratamiento del estrés traumático*.

13 KJ Kinniburgh et al., "Archivo adjunto, autorregulación y competencia: un marco de intervención integral para niños con traumas complejos" *Psychiatric Annals* 35, no. 5 (2005): 424-430.

14 Kinniburgh et al., "Archivo adjunto, autorregulación y competencia".

15 MD Lieberman et al., "Respuestas subjetivas a los estímulos emocionales durante el etiquetado, la reevaluación y la distracción", *Emotion* 11, no. 3 (2011): 468 – 480.

16 Wolpow et al., *El corazón del aprendizaje*.

17 HI Bath, "Calmando juntos: el camino hacia el autocontrol" *Recuperando niños y jóvenes* 16, no. 4 (2008): 44-46.

18 Wolpow y col. *El corazón del aprendizaje.*

Educador estadounidense, *Verano 2019*

© Federación Estadounidense de Maestros, AFL-CIO. Todos los derechos reservados.
No se pueden usar las fotografías, las ilustraciones y los textos sin permiso de AFT.